

吳蘊瑞
袁敦禮
合著

體育原理

健行文化出版公司發行

體育原理目錄

第一章 緒論……………一

第一節 何爲原理……………一

第二節 體育原理之重要……………三

第三節 體育原理之來源……………六

第四節 體育之意義……………十

第二章 歷史的背景……………一一

第一節 歷史之意義及其分析……………一一

第二節 研究歷史背景之重要……………一三

第三節 體育在德國之背景……………一四

第四節	體育在瑞典之背景	一九
第五節	體育在法國之背景	二一
第六節	體育在英國之背景	二三
第七節	體育在美國之背景	二三
第八節	體育在中國之背景	二六
第三章	社會之背景	三一
第一節	社會進化與體育	三一
第二節	政治狀況與體育	三八
第三節	體育如何促社會進步	四四
第四章	心身關係與體育	四八
第一節	引言	四八
第二節	心身二元說	四八

第三節	心身一元說	五五
-----	-------	----

第四節	心身問題與體育	六〇
-----	---------	----

第五章	人之性質與體育	六五
-----	---------	----

第一節	生命之生物學的基础	六五
-----	-----------	----

第二節	人類之原始活動	六九
-----	---------	----

第三節	人體發育之事實	七一
-----	---------	----

第四節	生長與發達	八三
-----	-------	----

第五節	體育對於身體發達之影響	八四
-----	-------------	----

第六節	本性之意義	九〇
-----	-------	----

第七節	性之性質	九三
-----	------	----

第八節	訓練之遷移	九七
-----	-------	----

第六章	體育之目的	一〇二
-----	-------	-----

第一節 體育目的之推究	一〇二
-------------	-----

第二節 體育目的之分析	一〇九
-------------	-----

第三節 各種活動對於體育所達之目的	一一六
-------------------	-----

第七章 體育上相對之主張	一二六
--------------	-----

第一節 道家之自然主義或無爲主義與法家之法治主義	一二六
--------------------------	-----

第二節 功利主義及文化主義與體育	一三一
------------------	-----

第三節 興味主義與努力主義	一三八
---------------	-----

第八章 體育與教育	一四三
-----------	-----

第一節 體育與教育關聯之沿革	一四三
----------------	-----

第二節 體育與教育之不可分性	一五〇
----------------	-----

第三節 體育之教育價值	一五三
-------------	-----

第四節 體育對於改善實際教育之貢獻	一六〇
-------------------	-----

第五節	體育在教育上之地位·····	一六四
-----	----------------	-----

第九章	體育與他種活動之關係·····	一六七
-----	-----------------	-----

第一節	體育與健康教育·····	一六七
-----	--------------	-----

第二節	體育與軍事訓練·····	一七四
-----	--------------	-----

第三節	體育與童子軍·····	一七八
-----	-------------	-----

第四節	體育與國術·····	一七九
-----	------------	-----

體育原理

吳蘊瑞
袁敦禮合著

第一章 緒論

第一節 何爲原理

原理二字之意義由認識論解釋之，固非數語所能盡其源奧。作者既非於哲學有研究，更不敢有所嘗試。惟是書既命名爲體育原理，則原理究爲何物，不得不先事說明，使讀此書者知作者旨趣之所在。抑更有進者，關於體育理論之書籍，無論其命名如何，無論爲中文西文，其內容率多枝蔓層出，包羅甚廣，與其命名之意，時有不符，而讀之者亦苦難求其頭緒及主旨。作者雖不敢信此書能成一有系統之敘述，但於着筆之始，即先將全書範圍嚴格規定，則此後落筆或不至過於龐雜，故原理二字之解釋，亦未始非作者自範其思想之法也。

原理之意義約有兩種：一、將許多駁難，表面上不相關或無明確意義之事實，解釋之，引申之，或歸納之，成爲一種定律式的說明，是爲原理。故原理必須根據事實，但并非單純的事實，亦非赤裸事實的本身。二、一種事物之基本真理，於實施或解釋此事物時，能引用之爲南針，爲判斷是非曲直之根據，是爲原理。故原理必須爲真理，必須有廣泛應用之效力，倘其片面或部分經證明爲不真實，或其應用只能限於特屬情形或解釋之下者，則失去原理之價值。

此兩種『原理』之解釋雖略有不同，但其互爲唇齒，則甚顯然。原理之能爲基本真理，固須根據事實，可於宇宙間各種事實中尋求之。不過真理之尋求，非甚易也，因宇宙間之事實，極爲複雜，且多矛盾，其微妙相關之處，又極不易偵察。故所謂根據事實而引申，解釋，歸納，爲真理者，未必爲真理也。所幸者，一種原理是否爲真理，觀其應用或實驗後視之效力如何，即可體驗而知。所幸者，今日各種科學——歷史科學，純粹科學，社會科學，業已將許多宇宙間之事實，聚集發現，並經整理就緒，可供吾人搜求真理之資料，日見豐富，即已被採用之原理，於實際所收效果之記錄，亦大足爲吾

人判斷是非之根據。故本書之主旨，即依此『原理』之解釋，而於作者管見所及之各種科學中之複雜事實，以討論吾人在體育上應遵守之原理。

雖然，因作者見聞之狹隘及學術之浩渺無窮，使此書中之討論價值低落，無論矣。即令作者之才識足以盡行涉獵各種有關科學之主要著作，在科學進步如此神速之日，則今日所據以爲是者，明日或即爲非。是則此書之作，不過爲應時之需要，力求其不落伍已極感困難。故任何原理，其應用之方向，不論如何廣泛，其真實之程度，不問如何證實，科學上一有新發現，日夕之間，可使之完全失其原理之地位。讀此書者，不可不深加注意及此也。

第二節 體育原理之重要

原理並非永久不變者，既如上述，則原理之敘述，將更因之而重要。倘原理可百年不易，則每百年定訂一次，無須吾人之討論矣。今既隨科學之進步，時代之轉移，地方之不同而變遷，則原理之研討，無時不需要矣。其落伍之傳統思想，根據片面理由之信仰，特殊社會及政治情形，所造成之迷信等等，曾爲人所阿守不逾者，吾人皆得

指而出之。其有充足科學證據社會及時代之濃厚背景遠大而深刻之眼光等等所促成之理論，則猶需吾人之表彰。吾人既從事於體育之事業，則此種原理上之討論，實責無旁貸。至於今日所認為是，明日即或為非，則吾人於科學討論上，尙未能確定之問題，只能羅列各種學說，申述其疑點，以待來日之證實，萬不能為專橫之武斷。故原理之討論亦不能因其永久性之不可恃而有所遲疑也。

復次，體育界之主要弱點，即為輕視理論而注重方法與實施，遂有今日畸形之體育現象。正確原理之認識，為矯正時弊之急務，不容有所忽視。社會上無論何種事業，無論為政治，為經濟，為教育，其政策之規定及實施，必須有理論之根據。盲動及因襲之行爲，乃無論何種事業，均所深忌。今日之體育界則大謬不然，政府所提倡之體育，大人先生所贊助之體育，輿論所鼓吹之體育，以至教育界所標榜之體育，無一非表面上身體活動之方式，及有形之設施而已。至此種方式及設施，究根據何種原理而然，不獨未嘗一加思索，甚且鄙視此類思索，為迂闊不切實際。觀於各種體育學府之課程，備有養成學生——即未來之體育教師——判斷力之基本學科者，甚屬寥

寥以及學校聘請體育教師之條件，彌不以技能方法爲主要項目，亦足知教育界與體育界之一般情形矣。

馬丁氏 (Martin) 在其所著之 *The meaning of Liberal Education* 曾謂：「凡曾受教育者並非只能執行一種職務而已。此種職務無論其爲演講 Horace 詩，或爲充當火車之車手，或爲辦理訴訟，或爲修理水管；彼亦爲了解其職務之意義之一人。彼曾獲得有系統之原則。彼有一「是」及「非」，且此「是」與「非」爲彼個人所獨有者。吾人所期望於體育教師者不過其能執行傳統的職務而已，未嘗要求其有「是」與「非」之判斷力也。體育教員亦率皆樂於充任此種因循之工匠事務而未嘗欲人以『曾受教育』目之也。最足令吾人扼腕者，卽所謂體育實行家。彼以爲無論何種體育活動，能實行之，卽可達吾人之目的，不必問其是與非也。若欲求根據科學而爲理論之研討，最易引起其煩惱，而鄙夷之爲空泛。彼所欲知者，爲體操之動作與順序，舞蹈之步法，運動之訓練方法，各種運動場所之大小與修築之方法等等而已。因此此則可爲留聲機器式之教師矣。彼所注意者爲過去的習慣傳統的程序，目前表

面之需要及爲供給受彼指導者，不問理由不問價值之活動而已。結果彼所教授之體育，乃純爲過去及國外軍事、政治、經濟狀況所產生之種種實施程序，而非根據以受教者爲中心及改進社會爲鵠的之種種原理所應實行之體育。彼自號稱爲實行家，實際爲最不顧實際之實行者！故無論爲體育家及提倡與贊助者，不可不先從事於切於實際之原理之認識，庶幾我國體育可漸入於正軌矣。

第三節 體育原理之來源

原理既爲根據事實而收納之真理，則體育原理將根據何種事實乎？教育自身於學術類別上觀之，係一種應用科學，已無疑問。宇宙間一切學術事務，在今日科學昌明時代，無不與科學有關，但我國體育界中，實藝式之體育家實佔大多數。按其措施所以有背科學之處，實因此輩未嘗認識何者爲科學，及未嘗想像到體育是否與科學有關爲之也。其每日攸攸者，不過炫耀於觀衆前之技能表演而已。等而上者，爲上段所述之根本認科學之討論爲不必須，只貴在實行之實行家與夫自認爲根據科學而實係抱殘守缺，不能起脫於傳統思想以外之體育家而已。毫無科學觀念者，

吾人固無與之辯證之價值，所謂實行家者之不切實際，前已言之，茲僅就最後者一類體育家之見解，略爲申論而檢討吾人所持體育原理應根據之事實。

關於體育上傳統的觀念之來源，第二章將有詳細之討論，茲先不贅。一般自認爲合乎科學之體育家，大都泥於體育上過去習慣所應用之解剖學與生理學。吾人深知解剖學、生物學、生理學、發生學、人類學等學科，供給許多規定體育原理之事實。即對於此數種科學能不落伍的眞確認識，已爲體育界不可多得之人材。蓋大多數之體育家只知片斷的人體之解剖與器官生理而已，對於生物學科之整體及綜合之了解相去尙遠，況在此以外，吾人尙有應攷慮之極重要之科學在也。此種只知根據片斷的解剖與生理學之體育家所注重者爲肌肉之發達、各器官之健康。崇拜瑞典式者，視德國式爲不科學；崇拜德國式者，視瑞典式爲不科學；近又有丹麥式體操出，體育家又必趨之若鶩矣。即令若派之體操，果皆各有含於生理學解剖學之處（此實未必），此種聚訟之現象，不獨徒茲紛擾，且暴露體育界眼光之狹隘，只顧及一部分之科學之事實，而將與之有根本重要關係之科學遺漏。此種只以解剖生理爲

出發點之體育，實受數百年來對於心身關係之傳統的二元說之影響，在今日思想及科學均已打破此種見解，而體育尚在其羈絆之下，不能擺脫，誠可哀矣。（此點第四章當畧詳之）

然則除生物科學外，體育原理所應根據之科學為何乎？近代科學之進步一方面將心身二元之說打破，一方面個人與社會之密接關係日見顯著。無論何種與人有關係之事務，如教育、經濟、政治等，對於人的本身整個的研究，以及人與人之關係——社會——的研究，均為極重要者，故欲知體育究應如何設施，吾人不得不改變以往之觀念，後須拋棄在尸體旁之解剖學家以人性為靜心為機械之態度。吾人不能只就一種活動之動作自身定其是否相宜，亦不能認表面合於解剖生理之活動即為最適宜，而強執施行之。體育上之活動無處不為個性之表現，及情感之發舒；且無處不與社會價值、道德標準，人與人相互之關係等相聯屬。判斷一種活動之當否，應先試其內容及方法，是否合於個性及受教者之心理，及視其產生之社會及歷史背景，是否與受教者之社會不相抵觸，或反有相當之補益。不此之圖，只根據於靜心的機

械的之解剖，而忽略與人生最有關之心理及社會學科，遂產生今日板滯失去教育意義之體育。故體育原理之研討，除生物學科外，心理、社會、教育等學科範圍內直接及間接之材料，均爲吾人所應耕耘之沃野也。

第四節 體育之意義

無論何種學術之定義，往往爲研究該學術者最易聚訟之點。現本書既屬討論原理，則全書無處不爲定義之討論，但欲求概括固備之定義，甚非易易。茲僅就體育二字之意義，畧事引伸，讀者於此中或可得一定義之概念。至於具體之定義，則仁者見仁，庶可不詳矣。

體育二字本爲身體教育之簡稱。蓋由所謂智德體三育等名稱而來。故體育意義之第一點即係教育之一方面。但以教育分爲智德體三部分，實與近代教育以個人整體爲中心之原則相違，故吾人不敢苟同，故僅謂之爲教育之一方面。

體育意義之二點即只限於身體方面之教育，此或可稱之爲身體之教育。但吾人對於此種解釋至不贊同。所謂『身體之教育』者，即傳統的二元之遺毒，亦即以人

之身體視爲解剖台上尸體之見解也。吾人既知凡屬教育卽不能分之爲人之何部分之教育，因人係一整個的機體不能解剖式的劃分之也。同時吾人既知人之機體爲生動的，且有無窮之適應，無窮之機能，非一靜止純物質之機器；則吾人之所謂體育者，乃爲人之整個的機體之教育。其所以有別於教育二字者，乃表明其用特殊之方式而已。故體育之意義，乃以身體活動爲方式之教育也。

吾人如能對於此種體育之意義深加了解，則體育原理之重要及其來源之廣大，更無待辯而益明矣。

第二章 歷史的背景

第一節 歷史之意義及其分析

歷史爲已往事蹟之系統的記載。按近今史學上之名稱，歷史爲研究人羣循序發達之科學。按社會心理學之意義，歷史爲已往人羣對於環境所起反應之記錄。人類過去行爲之遺蹟也。當時社會及經濟之狀況，過去與當時社會之遺傳，種族之結合與夫物質的環境，均足以影響其歷史，使之發生特殊的色彩。一國國民行爲，思想，藝術，教育，政治之所以不同，亦以此也。

吾人之研究歷史，在明瞭其本體。欲明瞭其本體，可從下三方面研究之：

壹、社會之政治經濟狀況。此爲構成歷史之重要原素，當時人羣行爲之形成及趨向，與此社會環境極有關係。蓋人類行爲，爲一種對於生活有利之活動，乃反應刺激時經過的歷程，何種環境，即有何種之人類行爲，故研究歷史，首須研究當時之社會環境。換言之，有十八世德國之環境，所以有德國體操之發明。